

## **PENINGKATAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA SISWA TK DI DESA BATUAJI, KERAMBITAN, TABANAN**

**I Wayan Juniartha<sup>1)</sup>, Kadek Ayu Kartika Putri<sup>2)</sup>, Ni Kadek Sintya Pratiwi<sup>3)</sup>,  
Komang Dian Puspita Candra<sup>4)</sup>**

Universitas Mahasaraswati Denpasar

Email: [jjuniartha@unmas.ac.id](mailto:jjuniartha@unmas.ac.id)

### **ABSTRAK**

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan suatu tindakan atau upaya untuk mempengaruhi perilaku seseorang, kelompok maupun masyarakat agar dapat lebih mengutamakan kesehatan untuk mewujudkan kehidupan yang lebih berkualitas. PHBS dapat dilakukan dengan cara yang sederhana yaitu mencuci tangan dan etika batuk yang baik dan benar. Pentingnya kesehatan dapat dimulai dari anak usia dini yang masih berada dalam masa perkembangan dan pertumbuhan, sehingga anak-anak lebih cepat dan tanggap terhadap sesuatu di sekitar lingkungannya. Tujuan dilakukan kegiatan ini untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat khususnya dari usia dini untuk menjaga kesehatan dengan cara yang sederhana. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini menggunakan metode pendekatan dan metode penyuluhan yang dilakukan pada 2 TK di Desa Batuaji yaitu TK Tri Dharma Budaya dan TK Tri Dharma Karya. Kegiatan ini dilakukan selama 4 minggu dan diikuti oleh 25 siswa dan 4 guru TK. Berdasarkan hasil kegiatan yang telah dilakukan, siswa dan guru TK di Desa Batuaji mampu memahami informasi yang telah diberikan dan mampu mempraktikkan secara mandiri cara cuci tangan dan etika batuk yang baik dan benar. Keberhasilan kegiatan ini di dukung oleh sarana dan prasarana seperti penyiapan tempat cuci tangan, sabun cuci tangan, poster, pemutaran lagu yang berisi pesan PHBS, dan pembagian *hand sanitizer*.

**Kata kunci:** PHBS, TK, mencuci tangan, etika batuk

### **ANALISIS SITUASI**

Mencegah lebih baik daripada mengobati merupakan prinsip yang menjadi dasar dalam pelaksanaan PHBS. Tujuan utama dari gerakan PHBS adalah meningkatkan kualitas kesehatan melalui proses menyadarkan masyarakat dengan pengetahuan untuk menjalani perilaku yang bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari. Manfaat yang paling utama dari PHBS adalah terciptanya masyarakat yang sadar akan kesehatan, memiliki pengetahuan dan kesadaran untuk menjaga kebersihan yang memenuhi standar kesehatan (Kemenkes RI, 2022). Dalam menjaga kesehatan dapat dilakukan melalui Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir atau menggunakan cairan pembersih tangan (minimal alkohol 70%), menutup mulut dan hidung dengan siku terlipat saat batuk atau bersin atau gunakan tisu, hindari menyentuh wajah yaitu bagian mulut, hidung, dan mata karena dapat menjadi pintu masuk virus ke dalam tubuh (Kemenkes RI,

2016). Pentingnya kesehatan dalam pembangunan SDM dimulai dari anak usia dini yang berada pada masa perkembangan dan pertumbuhan, sehingga sangat potensial untuk membimbing dan menanamkan kebiasaan positif, termasuk kebiasaan hidup bersih dan sehat. Upaya untuk meningkatkan dan mempertahankan kesehatan secara optimal, tercermin dari usaha dalam menerapkan pola hidup sehat setiap harinya sebagai gambaran perilakunya (Aulina and Astutik, 2018).

Taman kanak-kanak merupakan jenjang pendidikan anak usia dini yaitu pada usia 4-6 tahun. Terdapat 2 TK yang berada di Desa Batuaji, Kecamatan Kerambitan, Kabupaten Tabanan yaitu TK Tri Dharma Budaya tepatnya terletak di Jalan Batuaji Kesiut dengan jumlah peserta didik sebanyak 21 siswa dan 2 guru, sedangkan TK Tri Dharma Karya terletak di Banjar Dinas Penulisan dengan jumlah peserta didik sebanyak 4 siswa dan 2 guru.



Gambar 1. TK Tri Dharma Budaya dan TK Tri Dharma Karya

Kebiasaan anak-anak di sekolah sangat mempengaruhi kesehatan anak tersebut. Berbagai faktor di lingkungan memudahkan timbulnya penyakit, sehingga dapat mempengaruhi derajat kesehatan pada anak (Tabi'in, 2020). Hal ini dapat dilihat pada lingkungan TK Tri Dharma Budaya yang tidak memiliki tempat cuci tangan, sedangkan di lingkungan TK Tri Dharma Karya memiliki tempat cuci tangan, namun belum digunakan dengan baik untuk mencuci tangan yang benar.

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan pada tanggal 27 Juli hingga 11 Agustus 2022, menurut Gusti Ayu Made Nuriawati, S.Pd selaku Kepala Sekolah TK Tri Dharma Budaya dan Ni Nyoman Sumiarti, S.Pd.AUD selaku Kepala Sekolah TK Tri Dharma Karya menyampaikan bahwa belum pernah dilakukannya penyuluhan mengenai PHBS khususnya cara mencuci tangan dan etika batuk yang baik, sehingga baik guru maupun siswa belum memiliki pengetahuan dasar dalam menjaga kesehatan diri sendiri dan sekitarnya.

## **PERUMUSAN MASALAH**

Berdasarkan hasil observasi dan pendekatan kepada mitra, didapatkan beberapa rumusan masalah yaitu (1) kurangnya pemahaman dan kesadaran masyarakat khususnya anak usia dini dalam menjaga kesehatan dengan cara yang sederhana yaitu mencuci tangan serta etika batuk yang baik dan benar serta (2) belum adanya sosialisasi praktik Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) khususnya cara mencuci

tangan serta etika batuk yang baik dan benar di TK Tri Dharma Budaya dan TK Tri Dharma Karya.

### SOLUSI YANG DIBERIKAN

Dari permasalahan yang sudah dijabarkan di atas, maka solusi yang dapat mengatasi masalah tersebut adalah:

1. Memberikan penyuluhan tentang cara cuci tangan serta etika batuk baik kepada guru dan siswa TK Tri Dharma Budaya dan TK Tri Dharma Karya dengan harapan guru dan siswa mendapatkan pengetahuan mengenai PHBS, khususnya dalam mencuci tangan dan etika batuk yang baik dan benar.
2. Melakukan praktik dan *monitoring* tentang cara cuci tangan dan etika batuk yang baik, pembagian poster, dan pemberian *hand sanitizer* kepada guru dan siswa TK Tri Dharma Budaya dan TK Tri Dharma Karya. Hal ini dilakukan untuk mengubah perilaku guru dan siswa dalam menjaga kesehatan melalui gerakan PHBS yaitu mencuci tangan dan etika batuk yang baik dan benar.

### METODE PELAKSANAAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat di Desa Batuaji, Kecamatan Kerambitan, Kabupaten Tabanan dilakukan dengan menggunakan metode sebagai berikut:

#### 1. Metode Pendekatan

Metode ini merupakan metode yang dilakukan mahasiswa untuk saling mengenal antar mahasiswa dengan masyarakat setempat. Pendekatan tidak hanya dilakukan dengan masyarakat setempat, tetapi dengan situasi dan kondisi lingkungan sekitar pula (Yusa, Hadinegoro dan Fatkhurohman, 2018). Metode ini dilakukan dengan menemui Kepala TK Tri Dharma Budaya dan TK Tri Dharma Karya serta berdialog bersama para pengajar. Setelah melakukan tahap pendekatan diperoleh informasi bahwa kedua Pendidikan Anak Usia Dini tersebut belum pernah mengadakan kegiatan penyuluhan mengenai cara cuci tangan dan etika batuk yang baik dan benar.

#### 2. Metode Penyuluhan

Metode penyuluhan atau sosialisasi merupakan teknik yang dilakukan dengan tujuan untuk mempengaruhi kepribadian seseorang (Surani, *et al.*, 2021). Penyuluhan atau sosialisasi dilaksanakan menggunakan beberapa tahapan dengan rincian sebagai berikut:

##### a. Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan ini, diawali dengan melakukan *survey* tempat dan kondisi lingkungan di TK Tri Dharma Budaya dan TK Tri Dharma Karya. Setelah itu dilanjutkan dengan melakukan diskusi dan tanya jawab dengan dosen pembimbing lapangan dan pihak desa sebelum akhirnya dilakukan input data di portal universitas. Setelah program kerja yang diajukan diterima, maka dilanjutkan dengan mempersiapkan peralatan yang

diperlukan seperti sabun cuci tangan, *tissue*, lokasi tempat cuci tangan serta menyusun poster.

b. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan setiap hari Jumat selama 1 bulan yang diawali pada tanggal 12, 19, 26 Agustus 2022 serta diakhiri pada tanggal 2 September 2022. Penyuluhan diawali dengan sesi tanya jawab (*pre-test*) dengan siswa kemudian dilanjutkan dengan demonstrasi mengenai 6 langkah cuci tangan yang baik dan benar serta etika batuk menggunakan bantuan media audio berupa lagu. Selanjutnya siswa diajarkan untuk melakukan praktik cuci tangan secara langsung dan diakhiri dengan pembagian poster untuk masing-masing TK dan *hand sanitizer* kepada setiap siswa. Pada pelaksanaan kegiatan terakhir, tepatnya tanggal 2 September 2022 diakhiri dengan evaluasi terhadap ketercapaian dari program yang sudah dilaksanakan dengan cara pemberian *post-test* dan pembagian *snack* serta hadiah kepada siswa TK.

c. Tahap Pelaporan

Tahap pelaporan dilaksanakan dengan melakukan dokumentasi pada saat kegiatan berlangsung serta penyusunan laporan akhir PKM, artikel pengabdian dan video reportase.

## HASIL PENGABDIAN DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan dan pendampingan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yaitu cara cuci tangan serta etika batuk yang baik dan benar telah dilaksanakan di TK Tri Dharma Budaya dan TK Tri Dharma Karya Desa Batuaji. Berdasarkan *post-test* yang telah dilakukan melalui sesi tanya jawab diakhir kegiatan, dapat dilihat peningkatan yang dialami yaitu siswa dan guru mampu memahami informasi yang telah diberikan berkaitan dengan PHBS dalam mencuci tangan dan etika batuk yang baik dan benar. Selain itu, siswa mampu mempraktikkan secara mandiri cara cuci tangan dan etika batuk yang baik dan benar.



Gambar 2. Siswa mempraktikkan cara cuci tangan yang baik dan benar, pemberian hadiah kepada siswa sebagai evaluasi penyuluhan PHBS

Keberhasilan dari pelaksanaan program yang telah dilaksanakan didukung oleh adanya beberapa faktor diantaranya partisipasi dari siswa yang turut membantu

berjalannya program kegiatan serta dukungan kepala sekolah, guru dan *stakeholders* dalam pelaksanaan program PHBS. Sesuai dengan pendapat Rozi, *et al.*, (2021) yang menyatakan bahwa dalam pelaksanaan PHBS diperlukan kerjasama dari berbagai elemen terkait.

Sarana yang memadai dapat mendukung keberhasilan penerapan PHBS di semua tempat, terutama di lingkungan sekolah. Selain itu, untuk meningkatkan pengetahuan siswa, dilakukan pembinaan kepada siswa secara terus menerus melalui penyuluhan, baik oleh tim PKM Unmas Denpasar maupun guru di sekolah. Penyuluhan yang dilakukan dengan cara penjelasan melalui poster, pemutaran lagu yang berisi pesan PHBS, sehingga siswa tertarik dan cepat mengerti serta dapat mengembangkan intelegensi dan bertambahnya pengalaman (Suryani, 2018).



Gambar 3. Sarana poster dan audio lagu PHBS cara mencuci tangan dan etika batuk yang baik dan benar

Faktor penghambat dari pelaksanaan PHBS di TK Tri Dharma Budaya dan TK Tri Dharma Karya dapat dilihat dari ketersediaan sarana dan prasarana yang belum lengkap seperti ketersediaan sabun cuci tangan dan *hand sanitizer* yang masih minim. Apabila dilihat dari prasarana yaitu tempat cuci tangan, di TK Tri Dharma Karya tidak terdapat tempat cuci tangan sedangkan di TK Tri Dharma Budaya sudah terdapat tempat cuci tangan, namun tidak dipergunakan dengan baik. Jika sekolah dengan fasilitas yang kurang dan tidak memenuhi syarat, maka akan berpengaruh dengan penerapan PHBS, sehingga siswa akan merasa malas menerapkan program PHBS (Suryani, 2018). Selain itu menurut Hendrawati, *et al.*, (2020), pengetahuan siswa yang masih rendah tentang PHBS, indikator, dan manfaat PHBS juga menjadi faktor penghambat dalam melaksanakan program ini.

Adapun realisasi target yang ingin dicapai dalam kegiatan PKM ini dituangkan dalam tabel di bawah ini:

Tema	Spesifikasi kegiatan	Realisasi
Peningkatan Perilaku Sehat pada Siswa TK melalui PHBS di TK Tri Dharma Budaya dan TK Tri Dharma Karya	1. Penyuluhan mengenai PHBS di TK Desa Batuaji.	100%
	2. Demonstrasi mengenai cara cuci tangan serta etika batuk yang baik dan benar di TK Desa Batuaji.	100%
	3. Pemberian <i>games</i> yang berkaitan dengan topik PHBS.	100%

	4. Pemberian <i>hand sanitizer</i> kepada siswa TK serta poster mengenai PHBS dan etika batuk kepada TK di Desa Batuaji.	100%
--	--	------

Pelaksanaan kegiatan ini melibatkan pihak sekolah yaitu Kepala TK dan *staff* pengajar serta siswa dari TK Tri Dharma Budaya dan TK Tri Dharma Karya. Pihak sekolah ikut membantu dalam penetapan jadwal pelaksanaan program kerja sedangkan siswa berpartisipasi sebagai sasaran dari program kerja yang telah dijalankan. Sebanyak 25 siswa menerima materi yang berkaitan dengan PHBS yang telah dirancang oleh tim. Setelah itu, dilakukan praktik langsung oleh siswa yang dibantu oleh tim untuk melakukan cara cuci tangan yang baik pada tempat cuci tangan yang sudah disediakan. Poster, lagu PHBS cara cuci tangan dan *hand sanitizer* diberikan sebagai penunjang pemberian penyuluhan kepada siswa dan guru TK.



Gambar 4. Partisipan mitra dalam menjalankan kegiatan PHBS

Pemantauan kegiatan yang dilakukan dengan *monitoring* selama 4 minggu yaitu memantau cara cuci tangan dan etika batuk yang baik dan benar pada siswa TK. Pada akhir pertemuan, dilakukan evaluasi dengan pemberian kuis, pemantauan cara cuci tangan dan etika batuk yang baik dan benar, serta wawancara siswa dan guru TK mengenai kegiatan PHBS yang telah dilaksanakan. Respon yang diberikan oleh siswa sangat baik yang mana siswa mampu menerima edukasi dan arahan yang diberikan serta mampu mempraktikannya secara mandiri.



Gambar 5. Pemantauan cara mencuci tangan dan pemberian hadiah kepada siswa TK

## KESIMPULAN DAN SARAN

Penyuluhan tentang cara cuci tangan serta etika batuk yang benar kepada guru dan siswa TK Tri Dharma Budaya dan TK Tri Dharma Karya sudah terlaksana dengan baik. Hal tersebut ditunjukkan dengan antusias siswa dan guru pada saat pelaksanaan program serta dapat dicermati dari sesi tanya jawab pada akhir kegiatan yang

menunjukkan bahwa siswa sudah mampu memahami dan mengerti mengenai materi yang telah diberikan. Pelaksanaan demonstrasi, pemantauan serta evaluasi cara cuci tangan dan etika batuk yang benar kepada siswa TK Tri Dharma Budaya dan TK Tri Dharma Karya sudah terlaksana dengan baik. Hal tersebut dapat diamati dari kemampuan siswa yang dapat mempraktikkan secara mandiri cara mencuci tangan dan etika batuk yang benar. Pelaksanaan program penyuluhan dan demonstrasi cara cuci tangan dan etika batuk yang benar kepada siswa dan guru TK Tri Dharma Budaya dan TK Tri Dharma Karya telah terlaksana dengan baik. Keberhasilan dari terlaksananya program kerja ini ditunjukkan dengan terciptanya suatu kebiasaan cara cuci tangan dan etika batuk yang baik maka disarankan agar pihak sekolah tetap mengingatkan serta melakukan *monitoring* secara *continue* agar siswa terbiasa hidup bersih dan sehat. Selain itu, perlu dilakukan pemantauan ketersediaan tempat cuci tangan dan sarana prasarana lainnya seperti sabun cuci tangan dan *hand sanitizer*.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Aulina, C. N. and Astutik, Y. (2018) ‘Peningkatan Kesehatan Anak Usia Dini dengan Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di TK Kecamatan Candi Sidoarjo’, *AKSIOLOGIYA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), pp. 50–58. doi: 10.30651/aks.v3i1.1480.
- Hendrawati, S., Rosidin, U. and Astiani, S. (2020) ‘Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Siswa/siswi di Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN)’, *Jurnal Perawat Indonesia*, 4(1), p. 295. doi: 10.32584/jpi.v4i1.454.
- Ihsani, I. and Santoso, M. B. (2020) ‘Edukasi Sanitasi Lingkungan Dengan Menerapkan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Kelompok Usia Prasekolah Di Taman Asuh Anak Muslim Ar-Ridho Tasikmalaya’, *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 6(3), pp. 289–296. doi: 10.24198/jppm.v6i3.22987.
- Kemenkes RI (2016) *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)*. URL: <https://promkes.kemkes.go.id/phbs>. Diakses pada tanggal 6 September 2022.
- Kemenkes RI (2022) *Infeksi Emerging Kementerian Kesehatan RI: QnA: Pertanyaan dan Jawaban Terkait Covid-19*. URL: <https://infeksiemerging.kemkes.go.id/uncategorized/qna-pertanyaan-dan-jawaban-terkait-covid-19>. diakses pada tanggal 6 September 2022.
- Rozi, F., Ahmad, Z. and Masykuroh (2021) ‘Strategi Kepala Sekolah dalam Menerapkan Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak Usia Dini’, *Jurnal Pendidikan Anak*, 10(1), pp. 59–68.
- Surani, D., Imelda, Y. and Saputra, D. A. (2021) ‘Penyuluhan dan sosialisasi bijak dalam menggunakan media sosial’, *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (JPKM) – Aphelion*, 2(1), pp. 54–59.
- Suryani, L. (2018) ‘Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Hidup Bersih Dan

Sehat (PHBS) Siswa/I Sekolah Dasar Negeri 37 Kecamatan Tampan Kota Pekanbaru’, *Jurnal Keperawatan Abdurrab*, 1(2), pp. 17–28.

Tabi’in, A. (2020) ‘Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Anak Usia Dini sebagai Upaya Pencegahan Covid-19’, *JEA (Jurnal Edukasi AUD)*, 6(1), pp. 58–73. doi: 10.18592/jea.v6i1.3620.

Yusa, M., Hadinegoro, A. and Fatkhurohman, A. (2018) ‘Implementasi Teknologi Tepat Guna kepada Masyarakat’, *Implementasi Teknologi Tepat Guna kepada Masyarakat*, ISSN 2615-(April), pp. 25–30